



めぐみっこ通信 No.62



H29.1.11 発行

あけましておめでとうございます

本年もどうぞよろしく申し上げます



朝の冷え切った空気が、気持ちを新たに身も心も引き締めしてくれるような新年のスタートを迎えました。お正月のおせち料理やお餅を堪能し、七草がゆでお腹を休めて、お正月気分もひと段落したころではないでしょうか。

本年も地域の皆様と共に、楽しくすてきな一年を過ごせますようにと、様々な企画をご用意して、めぐみっこひろばやホール開放で、皆様のことをお待ちしております。

今後のスケジュール

1月21日(土)	めぐみっこひろば「料理教室」 ※ご好評につき、予約は締め切りました。
1月25日(水)	ホール開放「節分会」
2月8日(水)	ホール開放
2月22日(水)	ホール開放
2月24日(金)	地域リトミック
2月28日(火)	めぐみっこひろば「どうぶつふれあいひろば」 ※お楽しみコーナー、キッズスペースあります。試食会を行います。

『鏡開き』



1月11日は、『鏡開き』の日です。お正月の間、年神様にお供えていた鏡餅を下げ、家族が一年間“無病息災”でいられますようにとの願いを込めて、お餅を食べる日です。

鏡開きをするときにやってはいけないことが一つだけあります。

それは、包丁などの刃物でお餅を切ることです。年神様にお供えていたものに刃を向けることは大変失礼なこととされ、古くから鏡餅は木槌で割るのが習わしとされています。

最近では、お供えする鏡餅はパック入りのものが主流となっているため、実際に鏡開きはできないことも多いですが、鏡餅を食べる習慣は変わらずに続けていきたいものです。

皆様もぜひ、おしるこやかき餅(揚げ餅)にして、鏡開きを行ってみてください。



【白身魚のトマトソース】 (4人分)

材料		作り方
白身魚	4切	1. 玉ねぎは少し薄めにスライスしておく。
カットトマト	300g	2. 白身魚はグリルなどで焼いておく。
玉ねぎ	半玉	3. 深めの鍋に油をしき、玉ねぎを炒める。
水	半カップ	玉ねぎが半透明になったらカットトマト、水を入れ
コンソメ	1キューブ	火を少し弱める。
砂糖	大さじ1	4. こげないように混ぜながら玉ねぎが柔らかくなったら
食塩	少々	調味料を入れ少し煮る
油	少々	5. 焼いた魚にソースをかけたらできあがり

